

伝統と個性、そして新しさが交わる新潟の発酵文化をお楽しみください。

キヤレール 9

CARREL

新潟をもっと楽しみたい大人たちに

巻頭
特集

にいがた 発酵 トリップ

風土が育む
奥深き味との出会い



| 特集 |

寄り道も楽しい
アートなお出かけ

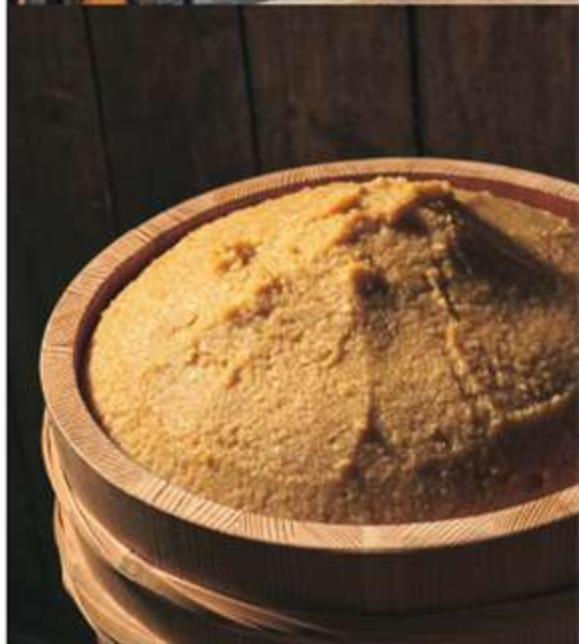
| インタビュー | CARREL FOCUS

諸橋精光さん

千手観音千蔵院住職 絵本・紙芝居作家



2026 Vol. 389
定価 700円





毎週金曜の11時から、みそ造りの現場を見学できる(要予約・中学生以上500円 ※みそ200gのお土産付き)。10月~5月はみその仕込み体験が可能(要予約・3,980円)

おいしいみそ汁を作るために開発した「贅沢だし」にみそを合わせて試飲が楽しめる



これが全部発酵から生まれたもの?と驚くスイーツや、伝統のみそを使った「もつ煮」や「ハンバーグ」など幅広い製品が並ぶ



現在、材料や分量を変えて7種類のみそを醸造しているが、昔からの定番が「越後味噌」(右)と「復刻仕込 越後味噌 クラシック」(左)(各300g・630円)

峰村醸造

みねむらじょうぞう

百年の知恵を生かして 発酵をもっと自由に豊かなものに

1905(明治38)年から、120年にわたってみその製造を行ってきた老舗のみそ蔵。2014年には発酵をテーマとした直売所もオープン。土蔵をリノベーションした風情ある店内に並ぶのは、昔から愛され続けてきた「越後味噌」や「熟成味噌漬」はもちろん、醸造や発酵の知恵と経験を生かして開発した調味料や甘酒から、みそを使ったお惣菜やスイーツまで、そのバリエーションは実に多彩だ。

「発酵のまち・沼垂を象徴するランドマークのような場所を作りたい」と話すのはみそソムリエでもある小林潤さん。みそ蔵見学を始めると若い人も訪れるようになり、発酵文化を身近に楽しんでもらうきっかけになった。発酵をテーマにしたワークショップやイベントを行い、定期的に種類を変えて甘酒や「だし」とみその試飲が楽しめる。季節限定商品も登場する。何度訪ねても新しい出会いと発見がある。

data
住○新潟市中央区明石2-3-44 ☎025-250-5280
営○10時~17時 休○なし P○あり



この日は季節限定の「いちごあまざけ」が試飲に登場。甘酒の優しい味わいの中に越後味噌の香りがしっかり感じられる



みそ造りに欠かせない上質な麹(こうじ)を使って仕込んだ「蔵仕込み あまざけ」(900ml・1,188円)はうまみがたっぷり



ほのかにみその風味が香る「味噌パームクーヘン」(330円)(手前)、越後白味噌と現代味噌漬の酒粕で漬けた「クリームチーズの味噌漬」(745円)(手前左)、大きめ具材がたっぷり入った「フリーズドライ味噌汁」(280円)(左後)など人気商品をあげればきりが無い



「くらざしきスイーツ」シリーズの「みそキャラメルチーズケーキ」(1本2,280円)は白みそと黒がしキャラメル入り。香ばしさがたまらない



甘さの中にほんのりとしたみそのこくと香りがマッチする「味噌ソフトクリーム」(450円)は必食!



こちらも「くらざしきスイーツ」シリーズ。こうじの自然な甘さを楽しむ「こうじプリン」(左)(各380円)と復刻仕込のこくのあるみそを生地に練り込んだ「みそプリン」(右)

川と共に栄えた醸造のまち・沼垂。 時を超えて香るまちの記憶

峰村醸造は、江戸時代から明治初期に建てられた土蔵(右)が売店になり、2階に座敷のある大正時代に建てられた蔵(左)が飲食やワークショップのスペースに、すぐ奥にはみそ蔵がある



米どころ新潟ならではの土地柄が育む多彩な発酵食。こうじにみそ、しょうゆ、酒、乳製品など、県内で造られる高品質な発酵食品は、新潟の豊かな食文化を支える基礎にもなっています。伝統と個性、そして新しさが交わる、新潟の発酵文化。その奥深い魅力に触れられるスポットを訪ねてみました。

ものと人が交差する川に囲まれて花開いた発酵文化
現在も古い蔵が残り、発酵文化を伝える場として多くの観光客が訪れる沼垂。その発酵文化の始まりを考えると、阿賀野川と信濃川という二つの大河、そして現在の粟ノ木バイパスの位置にかつて流れていた粟ノ木川の影響は大きい。水害などで何度か移転をした沼垂だが、江戸時代の前期には阿賀野川と信濃川が交わる場所であった。新発田藩の年貢米を収める蔵も建てられて、まさに物流の拠点。多くの人が集まって、まちは活気にあふれ、商業が発展したことは、沼垂の醸造文化を育む基礎となった。明治期になると造り酒屋をはじめ



「新商品の開発だけでなく、大豆を“全量蒸し”で作る昔ながらのみそも復活させ、伝統の継承を大切にしています」とみそ蔵を案内してくれた小林潤さん

新潟市
中央区
沼垂

「発酵のまち」を訪ねる 1

風土が育む奥深き味との出会い

にいがた発酵トリップ



大正の面影を残す
静寂の
レンガ遺構へ

遊歩道を歩き、レンガトンネルへ。
その先の階段を下に降りると、青く澄み渡る日本海が広がる

SPOT たかなみ
高浪の池

水面に映し出されるのは、約3億年前の化石を含む明皇山(みょうじょうざん)の大岩壁。穏やかな水面が広がる高浪の池には、体長数メートルの巨大魚「浪太郎(なみたろう)」が潜むといわれる。ただのんびりと景色を眺めるのはもちろん、キャンプ場や水上アクティビティなどもあり、大自然を満喫できる。

住◎糸魚川市小湊19336
問◎ヒーリングガーデンたかなみ
☎025-556-2327

鑑賞後の立ち寄りスポット

SPOT おやしらず
親不知
レンガトンネル

1912(大正元)年の開通当時の姿を今に伝える、旧北陸本線のレンガトンネル。全長約670mの遊歩道として整備され、ノスタルジックな時空を歩くような感覚を味わえる。近くの展望台からは、「天下の険」と称された親不知の断崖絶壁と、現代の高速道路が交錯する唯一無二の絶景が一望できる。

住◎糸魚川市市振 問◎糸魚川市観光協会
☎025-555-7344

巨大魚の
伝説が眠る
高原の池

標高540mの白馬山
麓国民保養地に広がる
絶景。付近にはヒスイ
峡やフィッシング
パークなどもある



大地の恵みを
味わおう
「ジオ井」

糸魚川市がジオパークに認定されたことに
ちなんで誕生した「ジオ井」。
糸魚川産コシヒカリと地元産の食材を組み合わせた、
各店ならではの特別な一杯が楽しめる。



創業から35年の人気和食処。
フワフワの身が味わえる「メ
ギス天丼」(1,100円)も人気

濃厚なうまみの
甘エビ天ぷらを
ぜひたくに

「昔ながらの甘えび天丼」
1,430円
みそ汁、小鉢、漬け物付き



SPOT しゃくじどころ おおせ
食事処 大瀬

糸魚川近海で取れた、新鮮で大き
な子持ち甘エビを、頭からしっぽまで
まるごとサクサクの天ぷらに。殻やツ
ノをむき、丁寧に下処理された身は、
香ばしさの中に濃厚な甘みが際立つ。
豪快に5尾がのるぜいたくな一杯。

住◎糸魚川市南坪上1-4-10
☎025-552-7408
営◎11時30分～13時30分(LO13時)
休◎日曜、その他不定休あり P◎あり

SPOT 鮮魚店直営料理屋
シーサイド磯貝

能生漁港直送のベニズワイガ
ニをふんだんに使用。カニの足が
7本とほぐし身が丼を埋め尽くし、
凝縮されたカニのうまみを堪能
できる。お好みで店主こだわり配
合の甘酢としょうゆをかければ、
さらにそのおいしさが引き立つ。

住◎糸魚川市藤崎1-1 ☎025-567-2010
営◎11時～17時 休◎火曜、水曜 P◎あり



能生漁港直送の
鮮度とうまみを
存分に堪能



「カニ丼」1,980円
あら汁、小鉢、漬け物付き
海鮮メニューを中心に提供し、丼物や定食など、新鮮な
海の幸を使用。マリンドリーム
能生内にも直営店舗を持つ



隣接の玉翠園(ぎょくすいえん)は、
窓枠を額縁に見立てた絵画のよう
な素晴らしい庭園が広がる。背後
の山も借景になっている

data

住◎糸魚川市京ヶ峰2-1-13 ☎025-552-9277
営◎9時～16時30分(最終入場は16時)
休◎火曜(祝日の場合は翌平日) P◎あり
料◎大人800円、子ども400円



寄り道も楽しい

アートなお出かけ

「暑さが落ち着いたら、どこへ行こう?」そんな旅の計画に胸が躍る季節です。

この秋訪ねたいのは、個性豊かな美術館。

併せて巡りたい周辺の寄り道スポットもご紹介。

お気に入りのアートを見つけにお出かけしてみませんか?



光と影が紡ぐ異空間
静けさの中、仏の表情と対話する

ゴツゴツとした岩肌のような、重厚で無骨な建物。
自然が造り出したかのような外観に目を奪われる

この金剛王菩薩像は、
谷村美術館のために
作られた。澤田氏が88
歳の頃の作品



展示室へ向かう回廊を歩くうちに、
仏像と向き合うための心持が自然
と整っていく



01 / Visiting
Art Museums
in Autumn

糸魚川市

たにむらびじゅつかん

谷村美術館

一つの展示室を出ると、視線
の先には次の仏像が。導かれ
るように鑑賞が進む空間設計



シルクロードの砂漠にたたずむ
遺跡をイメージしたという、巨大
な岩のような独特の外観。館内へ
足を踏み入れると、まるで白い石
窟に迷い込んだかのような感覚に
包まれる。壁と天井はゆるやかな
曲面で一体化し、そこへ自然光が
優しく差し込む。その静謐な空間
に凛と立つのは、木彫芸術家・澤
田政廣氏による仏像彫刻だ。
たった10体の仏像のためだけに
建てられたこの美術館は、旧新高
輪プリンスホテルなどを手がけた
昭和を代表する建築家・村野藤
吾氏によるもの。最晩年の作品で
あるこの建築は、自然光の入り方
から照明の当たり方まで緻密に計
算し尽くされ、仏像の表情が最も
美しく引き立つような設計。照明
を落とし自然光だけで館内を見
学できる「自然光の時間」も設けて
おり(実施時間はHPから要確
認、訪れる時間帯や天候によって
刻々と表情を変える仏像と、建築
の妙を心ゆくまで堪能できる。

拝見!

My Town's Local Supermarket

わが町の「ご当地スーパー」

VOL.06



今、ご当地スーパーが面白い。
いわば大手チェーン店に対抗すべくそれぞれが個性を磨き、
遠くからでも足を運びたくなる魅力がそこにはある。
ローカルだからこそその味と人情を求め、県内ご当地スーパー巡りにいざ出発!



1「魚惣菜を中心にバラエティに富んだ惣菜をそろえているので、きっとご満足いただけると思います。ご来店お待ちしております!」と話す佐藤誠店長
2新潟市中央卸売市場と新潟漁港の二つの市場から仕入れた鮮魚が並ぶ
3土曜は週替わりで特売を実施していて、取材日は「お肉惣菜の日」。また、週末には西京漬けやみそ漬けといった漬魚の特売もしているのをお見逃しなく



炊きたての魚沼産コシヒカリも販売! ごはんと刺し盛、お惣菜を買えば、即席御馳走ごはんの完成です

鮮度抜群の海鮮と 新潟市民熱愛の味が並ぶ!

新潟市民の台所、本町に店を構える「魚やのお惣菜屋さん」は、1945(昭和20)年に魚卵や干物などの海産物卸売業として創業した、「カトウ食材」直営のお店。新潟市下所にある業者向けの下所店に対して、こちらは一般のお客さまのための店づくりがされている。店内に入って圧倒されるのが、ずらりと並んだお惣菜の数々! これぞ、看板に偽りなし、である。

「調理に手間が掛かるということ、で魚離れが叫ばれる中、もっと手軽にお魚を食べていただきたいという思いから、魚惣菜には特に力を入れています」と、同社の食材部長の神田隆行さん。多くのメニューが大皿に盛りだくさんで、自分が必要量を取る量り売り。ご家族の人

・新潟市中央区

魚やのお惣菜屋さん (カトウ食材 本町店)

食品卸を手掛けるカトウ食材の小売部門。ここが同社の創業地で、社長が生まれ育った場所でもある。2000年にアンテナショップとして、鮮魚や旬の食材を使った惣菜中心の店へとリニューアル。毎週土曜には特売イベントを開催している。